

**HUBUNGAN ANTARA *PSYCHOLOGICAL WELL-BEING* DENGAN
ALTRUISME PADA ANGGOTA UKM PEDULI SOSIAL
UNIVERSITAS DIPONEGORO**

Muhammad Faiz Makarim

15010114140153

Fakultas Psikologi Universitas Diponegoro

ABSTRAK

Mahasiswa memiliki peran yang penting untuk dapat mengimplementasikan ilmunya untuk kesejahteraan masyarakat. Perilaku mementingkan kesejahteraan individu lain ini disebut dengan altruisme. Perilaku altruisme juga dapat diwujudkan dalam aktivitas berorganisasi. Kemampuan diri yang tepat dibutuhkan dalam mengoptimalkan perilaku tersebut. Salah satu yang berpengaruh terhadap kemampuan dalam menyejahterakan orang lain adalah karakteristik diri dengan *psychological well-being* yang baik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *psychological well-being* dengan altruisme pada mahasiswa. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa yang mengikuti UKM Peduli Sosial Universitas Diponegoro dengan karakteristik menjadi anggota organisasi aktif pada periode 2018. Subjek penelitian adalah 89 anggota UKM Peduli Sosial Universitas Diponegoro Semarang. Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu teknik *cluster random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah Skala *Psychological Well-being* (35 aitem, $\alpha = 0,919$) dan Skala Altruisme (25 aitem, $\alpha = 0,910$). Analisis data menggunakan regresi sederhana dengan hasil yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan positif yang signifikan antara *psychological well-being* dengan altruisme pada mahasiswa sebesar $r_{xy} = 0.809$; dengan $p = 0,000$ ($p < 0,001$). Artinya semakin tinggi *psychological well-being*, maka semakin tinggi perilaku altruismenya. *Psychological well-being* memberikan sumbangan efektif sebesar 65.4% terhadap altruisme dalam organisasi pada mahasiswa.

Kata Kunci: Psychological Well-Being, Altruisme, Mahasiswa

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indonesia merupakan negara yang terdiri dari berbagai suku, ras dan agama. Persatuan dan kesatuan Indonesia dapat dijaga dengan interaksi sosial yang positif pada tiap individu maupun kelompok. Max Weber (dalam Hermawan, 2010), menjelaskan bahwa interaksi sosial merupakan tindakan seorang individu yang dapat mempengaruhi individu-individu lainnya dalam lingkungan sosial. Individu dalam berperilaku sosial hendaknya memperhitungkan keberadaan individu lain yang ada dalam lingkungannya. Salah satu bentuk interaksi sosial yaitu perilaku tolong menolong.

Tolong menolong merupakan kecenderungan alamiah manusia. Individu memiliki kebutuhan dasar untuk meminta dan memberikan pertolongan (Rahman, 2013). Perilaku menolong ini tidak mengenal batasan baik dari ras, suku maupun agama. Hal ini ditunjukkan oleh warga Sleman Yogyakarta dimana sekelompok warga yang beragama Islam membantu membersihkan Gereja Santa Lidwina pasca terjadinya tindakan penyerangan oleh oknum radikal (Yulianto, 2018). Hal serupa juga ditunjukkan oleh pihak pengelola Gereja Katedral yang menyiapkan lahan parkir untuk warga muslim yang akan beribadah saat hari raya Idul Fitri (Hindarto, 2017). Perilaku ini menunjukkan rasa kepedulian pada individu dalam menyejahterakan individu maupun kelompok lainnya.

Namun kepedulian terhadap individu di lingkungan sekitar seiring berjalannya waktu semakin menurun. Hal tersebut disebabkan karena dalam

kehidupan sehari-hari individu sering berfikir lebih banyak tentang diri sendiri (Baron & Byrne, 2005). Kasus korupsi yang marak terjadi di Indonesia memberikan sedikit gambaran bagaimana individu yang berfikir lebih banyak tentang diri sendiri dan mementingkan kepentingan pribadi. Salah satu kasus korupsi terbesar telah melibatkan ketua lembaga legislatif tertinggi di Indonesia yaitu, Setya Novanto Ketua DPR ke-16 Republik Indonesia (Gabrillin, 2018). Kasus lain ditunjukkan oleh sekelompok remaja yang lebih memilih untuk mengonsumsi dan mengedarkan narkoba di Bali (Audita, 2018). Perilaku ini menunjukkan apatisme atau ketidakpedulian terhadap lingkungan masyarakat.

Perilaku individualis dan apatis dapat dihindari dengan mewujudkan lingkungan yang peduli satu sama lain. Mewujudkan lingkungan yang memiliki rasa kepedulian satu sama lain membutuhkan peran dari berbagai kalangan masyarakat. Salah satu kelompok yang memegang peran penting dalam menyebarkan rasa kepedulian terhadap masyarakat yaitu mahasiswa.

Berdasarkan posisi dan peran, Badudu dan Zaih (2001) mendefinisikan bahwa mahasiswa adalah siswa yang tertinggi atau paling akhir dalam status mencari ilmu. Menurut Yahya (Rema, 2007) mahasiswa didefinisikan sebagai pelajar yang menimba ilmu yang tinggi, dimana pada tingkat ini mereka dianggap memiliki kematangan fisik dan perkembangan pemikiran yang luas, sehingga dengan nilai lebih tersebut mereka dapat memiliki kesadaran untuk menentukan sikap dirinya serta mampu bertanggung jawab terhadap sikap dan tingkah lakunya.

Pada umumnya keberadaan mahasiswa telah menjadi sorotan di mata

masyarakat. Hal tersebut dikarenakan mahasiswa merupakan puncak status bagi para pelajar yang dapat memperbaiki kehidupan bangsa. Oleh karena itu, seorang mahasiswa harus sadar akan tugas dan perannya sebagai agen perubahan (*agent of change*), kontrol sosial (*social control*), pembentuk moral dalam lingkungan masyarakat (*moral force*), dan pengganti orang-orang yang memimpin negara (*iron stock*) (ITS, 2010). Mahasiswa menjadi panutan yang baik dalam kehidupan masyarakat dengan menyebarkan manfaat dari ilmu yang dimilikinya.

Tingkah laku yang memberikan manfaat atau keuntungan kepada individu lain ini disebut sebagai perilaku prososial (Staub dalam Dayaksini dan Hudaniyah, 2009). Prososial memiliki bentuk spesifik yang disebut dengan nama altruisme. Altruisme merupakan bentuk spesifik dari perilaku prososial tanpa adanya harapan untuk mendapatkan keuntungan pribadi (Crisp & Turner, 2010).

Ditinjau dari definisinya menurut Taylor, Peplau dan Sears (2009), altruisme adalah tindakan sukarela yang dilakukan individu atau kelompok untuk menolong orang lain tanpa mengharapkan imbalan apapun, kecuali telah memberikan suatu kebaikan. Altruisme merupakan perilaku yang dikendalikan oleh perasaan bertanggung jawab terhadap orang lain, misalnya menolong dan berbagi (Kail dan Cavanaugh, 2000).

Perilaku altruis yang dilakukan dalam organisasi disebut sebagai altruisme organisasi. Herawati (2012) menjelaskan bahwa organisasi merupakan suatu bentuk kerjasama antara sekelompok orang yang tergabung dalam suatu wadah tertentu guna mencapai tujuan bersama seperti yang telah ditetapkan bersama.

Organisasi yang memiliki tujuan untuk mewujudkan perilaku altruis dalam lingkungan sosial biasa disebut dengan organisasi sosial.

Perilaku altruis yang dimiliki mahasiswa juga dapat mengasah kemampuan dalam berempati kepada orang lain bukan hanya di dalam suatu organisasi. Individu dengan kepribadian altruis cenderung memiliki empati yang tinggi dan mementingkan kesejahteraan individu lain (Baron, Branscombe & Byrne, 2008). Batson (dalam Magdalena, 2012) menyatakan empati merupakan pengalaman menempatkan diri pada keadaan emosi orang lain seolah-olah mengalaminya sendiri. Kemudian Batson (dalam Magdalena, 2012) juga menjelaskan bahwa empati dapat menimbulkan dorongan untuk menolong, dan tujuan dari menolong itu untuk memberikan kesejahteraan bagi target empati.

Individu dengan empati yang baik cenderung memiliki hubungan positif dengan orang lain (Ryff dan Keyes dalam Wells, 2010). Hal ini sejalan dengan ciri hubungan positif dalam konsep *psychological well-being* dimana terdapat kepedulian (*generativity*) dan keintiman (*intimacy*) (Wells, 2010). Hubungan positif dengan orang lain merupakan salah satu dimensi dalam *psychological well-being*. Menurut Dewi (2012), *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis sering dimaknai dengan bagaimana individu mengevaluasi dirinya yang bersifat kognitif (penilaian umum) dan afektif (frekuensi terhadap emosi menyenangkan dan tidak menyenangkan). Individu dengan tingkat kesejahteraan psikologi yang tinggi akan memiliki kepuasan hidup dan lebih sedikit mengalami emosi negatif (Dewi, 2012). Ryff (dalam Dewi, 2012) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan gambaran kesehatan psikologis individu

berdasarkan pemenuhan fungsi psikologi positif.

Individu dengan empati yang baik cenderung memiliki hubungan positif dengan orang lain (Ryff dan Keyes dalam Wells, 2010). Hubungan positif dengan orang lain ini ditunjukkan oleh mahasiswa anggota UKM Peduli Sosial dengan kegiatannya dalam pengabdian masyarakat dan hubungannya dengan sesama anggota UKM Peduli Sosial. Hal ini sejalan dengan ciri hubungan positif dalam konsep *psychological well-being* dimana terdapat kepedulian (*generativity*) dan keintiman (*intimacy*) (Wells, 2010).

Hubungan positif dengan orang lain merupakan salah satu dimensi dalam *psychological well-being*. Menurut Dewi (2012), *psychological well-being* atau kesejahteraan psikologis sering dimaknai dengan bagaimana individu mengevaluasi dirinya yang bersifat kognitif (penilaian umum) dan afektif (frekuensi terhadap emosi menyenangkan dan tidak menyenangkan). Individu dengan tingkat kesejahteraan psikologi yang tinggi akan memiliki kepuasan hidup dan lebih sedikit mengalami emosi negatif (Dewi, 2012). Ryff (dalam Dewi, 2012) menjelaskan bahwa kesejahteraan psikologis merupakan gambaran kesehatan psikologis individu berdasarkan pemenuhan fungsi psikologi positif.

Beberapa bentuk perilaku menolong ditunjukkan oleh salah satu kelompok mahasiswa yaitu Unit Kegiatan Mahasiswa (UKM) Peduli Sosial Universitas Diponegoro. UKM Peduli Sosial ini merupakan suatu organisasi non profit yang bergerak di bidang pengabdian masyarakat dimana kegiatannya meliputi aktivitas menolong sebagai bentuk kepedulian terhadap orang lain yang membutuhkan bantuan. Anggota UKM Peduli Sosial yang memiliki kemampuan dalam

berperilaku altruis ditunjukkan dengan kontribusi para anggota dalam memberi solusi pada permasalahan sosial di lingkungan sekitarnya. Pemberian solusi tersebut dilakukan dengan berbagai kegiatan sosial yang dirancang oleh anggota organisasi seperti mengajar anak-anak jalanan, memberi makanan kepada para tuna wisma hingga memberikan penyuluhan kesehatan gratis bagi para remaja desa.

Berdasarkan hasil wawancara kepada Ketua UKM Peduli Sosial periode 2018 Irmawan Muhammad Hida didapatkan informasi bahwa awal mula organisasi ini terbentuk merupakan perkumpulan dari beberapa mahasiswa Fakultas Ilmu Sosial dan Politik yang ingin membuat kegiatan sosial yang bertujuan untuk mengabdikan kepada masyarakat tanpa kepentingan politik atau golongan tertentu. Kegiatan rutin organisasi ini yaitu melakukan bakti sosial ke panti, mengajar di daerah pedesaan hingga melakukan pengabdian di desa dalam jangka waktu tertentu. Selain itu, organisasi ini juga membuka donasi sepanjang tahun sehingga dana yang terkumpul dapat disalurkan kepada orang-orang yang membutuhkan ataupun untuk korban bencana yang terjadi di seluruh wilayah Indonesia khususnya Semarang.

Berdasarkan wawancara dijelaskan bahwa organisasi ini menghimpun mahasiswa yang ingin berkontribusi dengan membuka rekrutmen bagi seluruh mahasiswa Universitas Diponegoro yang ingin berpartisipasi. Pada awal masa *open recruitment* didapatkan pendaftar sebanyak kurang lebih 500 mahasiswa di setiap tahunnya. Organisasi ini dapat diikuti oleh mahasiswa seluruh fakultas yang

terdapat di Universitas Diponegoro serta memiliki enam divisi yaitu divisi PSDM, pendidikan, budaya dan seni, lingkungan dan alam, komunikasi, dan kesehatan yang memiliki beberapa program kerja yang berfokus untuk meningkatkan kepedulian sosial pada mahasiswa Universitas Diponegoro.

UKM ini memiliki visi, misi dan aturan sendiri dalam menjalankan organisasinya dimana setiap anggota diharapkan untuk dapat memenuhi tujuan tersebut dalam menyebarkan kepedulian sosial pada mahasiswa dan masyarakat. Visi dari UKM Peduli Sosial sendiri yaitu, menjadi wadah dalam menghimpun, membimbing dan membangun rasa kepedulian mahasiswa Universitas Diponegoro terhadap isu sosial serta menyalurkannya tanpa kepentingan politik dan golongan. Selain menjadi wadah dalam pengabdian masyarakat, organisasi ini juga mewadahi mahasiswa yang ingin mengembangkan kemampuannya dalam berorganisasi dan belajar bersikap profesional dalam bekerja serta rela berkorban untuk organisasi.

Dalam wawancara dijelaskan bahwa banyak dari anggota UKM Peduli Sosial yang merasakan kesulitan dalam menghadapi permasalahan akademik maupun non-akademik. Banyaknya kegiatan mahasiswa di dalam kampus dan organisasi lain ditambah dengan permasalahan pribadi yang harus diselesaikan mengakibatkan penurunan kinerja dalam melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di organisasi. Tidak jarang anggota UKM Peduli Sosial merasa tertekan dalam menjalankan perannya sebagai mahasiswa yang harus mengoptimalkan prestasi akademiknya dan mengembangkan *soft skill* dalam organisasi untuk meningkatkan perilaku altruis.

Pada kenyataannya, berdasarkan hasil wawancara juga didapatkan bahwa UKM Peduli Sosial membutuhkan anggota yang memiliki komitmen kuat terhadap organisasi, memiliki kepekaan terhadap sesama anggota dan dapat berbaur dengan masyarakat serta yang terpenting memiliki keinginan belajar yang tinggi. Hal tersebut dibutuhkan karena program kerja yang ada pada organisasi ini meliputi hal yang berhubungan dengan masyarakat luas dan tidak jarang terdapat program yang bersifat insidental seperti penerjunan relawan untuk bencana alam.

Dalam hal ini kebutuhan akan adanya karakteristik mahasiswa tersebut berkaitan erat dengan *psychological well-being* yang diantaranya memiliki ciri yaitu kepribadian dengan kepekaan tinggi atau empati, dapat menguasai lingkungan dengan baik, kuat dalam pendirian atau otonomi, hubungan yang baik dengan individu lain dan keinginan untuk terus berkembang secara pribadi (Wells, 2010). Ryff (dalam Ryan & Deci, 2001) mendefinisikan *psychological well-being* sebagai keadaan dimana seseorang memiliki evaluasi positif atas diri dan masa lalunya (*self acceptance*), ketetapan diri (*autonomy*), hubungan positif dengan orang lain (*positive relation with others*), kemampuan untuk mengatur kehidupan dan lingkungan sekitarnya (*environmental mastery*), pertumbuhan dan perkembangan yang berkelanjutan sebagai seorang pribadi (*personal growth*), serta kepercayaan bahwa hidupnya memiliki tujuan dan makna (*purpose in life*).

Berdasarkan penjabaran tersebut, maka dapat disimpulkan bahwa altruisme merupakan hal yang menggambarkan kepedulian antar individu dalam kehidupan bermasyarakat. Mahasiswa merupakan salah satu elemen penting dari masyarakat yang memiliki kepekaan terhadap lingkungannya dengan memiliki

kegiatan positif dalam UKM Peduli Sosial. Salah satu upaya yang dilakukan dalam mengoptimalkan kegiatan tersebut dengan baik yaitu dengan memiliki hubungan positif dengan orang lain yang merupakan salah satu dimensi dari *psychological well-being*. Oleh karena itu, penelitian ini akan meneliti mengenai hubungan antara *psychological well-being* dengan perilaku altruisme pada anggota UKM Peduli Sosial Universitas Diponegoro.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu: Apakah terdapat hubungan antara *psychological well-being* dengan altruisme pada anggota UKM Peduli Sosial Universitas Diponegoro.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan yang ingin didapatkan dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara *psychological well-being* dengan altruisme pada anggota UKM Peduli Sosial Universitas Diponegoro.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, penelitian ini diharapkan mampu menjadi sumbangan manfaat untuk pengembangan ilmu psikologi, khususnya di bidang Psikologi Perkembangan, Psikologi Klinis dan Psikologi Sosial, terutama mengenai *psychological well-being* dengan altruisme pada anggota UKM Peduli Sosial Universitas Diponegoro.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Subjek Penelitian

Hasil penelitian ini akan memberikan informasi tentang fenomena perilaku altruisme sehingga dapat membantu para mahasiswa anggota UKM Peduli Sosial Universitas Diponegoro dalam memahami dan mengatasi permasalahan yang dihadapi terkait dengan kegiatan menolong orang lain. Selain itu, diharapkan para anggota UKM Peduli Sosial dapat mengetahui manfaat dan pentingnya *psychological well-being*.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi mengenai hubungan *psychological well-being* dengan altruisme pada mahasiswa untuk dikembangkan bagi penelitian selanjutnya.